

令和6年度の取組状況について

<取組方向1>

(1)イベントの開催による啓発



令和6年度 三重県栄養改善大会

野菜フル350の推進で糖尿病等生活習慣病予防をめざそう

飽食の時代といわれる一方、朝食欠食や野菜摂取不足・肥満等は生活習慣病につながる要因として指摘されています。生活習慣病を予防するためには食生活を整えることが重要です。健康で幸福な生活を送ることができるよう正しい知識を身につけましょう!!

展示コーナーも設けますので たくさんの皆さまのご参加をお待ちしています。

日時

令和6年 11月 8日(金)
10:30~15:00 (受付10:00)

場所

津リージョンプラザ お城ホール
(津市西丸之内23-1)

プログラム

10:30 開会・主催者挨拶	13:20 体操披露
10:50 講演「三重で野菜フル350をめざそう」 講師 鈴鹿大学短期大学部 教授 梶原 頼子 先生	13:50 基調講演「コレステロールと中性脂肪のリスクを考える」 講師 慶応義塾大学医学部衛生学 公衆衛生学教室 教授 岡村 智教 先生
11:30 昼食(展示見学・栄養相談・啓発動画等)	15:00 閉会

フロア展示

- 栄養相談コーナー(10:30~14:00)
 - 三重県産食材の販売等(10:30~14:00)
 - 災害食展示コーナー(10:30~14:00)
 - 食と健康に関する展示等(10:30~14:00)
- ※展示コーナーは当日変更になる場合がございますので予めご了承ください。

●参加者には「三重とわか健康マイレージ事業」認定ポイントが付与されます。
※市町によりポイント付与等の対応が異なります。詳細はお住いの各市町の窓口にお問い合わせください。

【申し込み】
事前申し込み不要、当日参加が可能です。
【問い合わせ先】
〒514-0803 三重県津市柳山津奥 655-12
公益社団法人 三重県栄養士会「食フォーラム」係
TEL:059-224-4519 FAX:059-224-4518
E-mail:mie-eiyo@axel.ocn.ne.jp



三重県栄養士会「みえの食フォーラム」
QRコード



主催：三重県、三重県教育委員会、公益社団法人三重県栄養士会、三重県食生活改善推進連絡協議会

目的：野菜摂取不足や食塩の過剰摂取等の課題解決のため、食に関わる専門家等の今後の活動の意欲向上や県民が健康的な食生活を実践できることを目的とする。

参加者数：320名

講演会のみでなく体操の披露や県産食材の展示・販売、休憩時間を活用した動画上映による啓発などさまざまな工夫を凝らした催しを実施した。



<取組方向1> (2) 誰一人取り残さない健康づくりの推進

三重とわか県民健康会議 (R元.9~)

目的

「誰もが健康的に暮らせる“とわかかの三重”」の実現に向け、企業、関係機関・団体、市町等が一体となり、県民自らが主体的に取り組む健康づくりや企業等における健康経営の取組を推進する。

活動内容 (三重とわか健康経営大賞、各種表彰などを実施予定)

- 健康づくりの**県民運動の推進**に関すること
- 健康づくりにおける多職種の連携に関すること
- 健康づくりに関する情報の提供及び理解の促進に関すること

組織

会議

- 構成員:103団体の代表者
- 会長:三重県知事

幹事会

- 構成員:上記団体から選出した実務者、庁内関係各課
- 幹事長:三重県医療保健部長

保健医療関係団体、保険者、福祉関係団体、健康づくり関連団体、経済団体等、報道機関、学識経験者、教育関係団体、行政機関

健康寿命の延伸へ!

三重とわか健康立県宣言

- と** 特定健診・がん検診等受診率向上に取り組めます
- こ** こころの健康づくりに取り組みます
- わ** 「輪」、「つながり」を大切にします
- か** 身体(からだ)づくりのために望ましい食習慣と運動習慣に取り組めます

市町・保健所・企業等における啓発イベント

- 「県民健康の日(9月7日)」及び「健康増進普及月間(9月)」等において実施
- ①がん ②糖尿病 ③循環器病
 - ④栄養・食生活 ⑤身体活動・運動 ⑥喫煙 ⑦飲酒
 - ⑧歯・口腔の健康 ⑨休養・睡眠

日本健康会議2025

理念と目標を共有

- 保険者等における先進的な予防・健康づくりの取組を全国に広げるための**民間主導の活動体**
- 経済界・医療関係団体・自治体・保険者団体のリーダー**が手を携え、**健康寿命の延伸と医療費の適正化**を図ることを目的
- 2015~2020年(第一期)までの活動に引き続き、**誰もが活躍できる社会を実現していく**ことを目的
- メンバーは、**各団体のリーダー及び有識者の計31名で構成(R5.10現在)**

個人の主体的な健康づくりの取組を促進するアプローチ

企業等における健康づくりの取組を促進するアプローチ

誰もが無理なく自然に健康な行動をとれるアプローチ

三重とわか健康マイレージ事業

県内29市町全てで取組を開始(H30.7~)



ポイントをためてカードをゲット!!

(令和6年6月30日現在)

三重とわか健康経営カンパニー(ホワイトみえ)

- ・健康経営®の取組を促進する**認定制度**を創設(R元~)
- ・三重とわか健康経営大賞の表彰(R2~)
- ・三重とわか健康経営促進補助金の創設(R2~)
- ・三重とわか健康経営殿堂入りカンパニーの認定(R5~)

①健康経営にかかる取組の実施



※「健康経営®」は、特定非営利活動法人健康経営研究会の登録商標です。

自然に健康になれる環境づくり

- ・身体活動・運動に取り組みやすい環境づくり
- ・**たばこの煙の無いお店**の認定
- ・歯科保健における**フッ化物洗口**の推進
- ・三重とわか**食環境イニシアチブ**(仮称)(R7~予定)など



<取組方向1> (2)-1三重とこわか健康マイレージ事業

三重県健康づくり応援サイトの充実



健康づくりサポート **店** をさがす



三重とこわか健康応援カード配布実績 (令和5年度)

	桑名市	いなべ市	木曽岬町	東員町	菰野町	朝日町	川越町	四日市市	鈴鹿市	亀山市	津市	松阪市	多気町	明和町	大台町
合計	578	34	11	28	203	13	34	781	731	1,123	900	481	65	345	311
	伊勢市	鳥羽市	志摩市	玉城町	度会町	大紀町	南伊勢町	伊賀市	名張市	尾鷲市	紀北町	熊野市	御浜町	紀宝町	合計
	337	40	94	88	22	0	459	338	13	268	402	73	220	81	8,073

マイレージ魅力度・認知度アップ事業

PR動画の作成

https://www.youtube.com/@mie_kenkou



三重とこわか健康マイレージ
プロモーション動画



三重とこわか健康マイレージ
PV～貯める編～

三重とこわか健康マイレージ
PV～使う編～

事業PRのための
バナー、チラシ
作成等

<取組報告1> (2)-2 健康経営の促進に向けた取組

健康経営®の普及・啓発

セミナーの開催

健康づくりと働き方改革の推進のための協定を締結した**アクサ生命株式会社と連携し、「健康経営セミナー」を開催**



働き方改革での連携協定は**三重県が初**

取組事例紹介リーフレット



大賞受賞企業からのメッセージとともに、「見える化」シートの評価項目に沿って取組を紹介

健康経営®の実践支援

三重とこわか健康経営カンパニー（ホワイトみえ）

企業における主体的な**健康経営の取組を「見える化」して、さらなる取組を促進する仕組み**

■認定制度の特徴



<「見える化」シート>

項目	内容	達成状況	評価
1. 健康経営の推進方針	健康経営の推進方針を明確に定めること	達成	◎
2. 健康経営の推進体制	健康経営の推進体制を明確に定めること	達成	◎
3. 健康経営の推進計画	健康経営の推進計画を明確に定めること	達成	◎
4. 健康経営の推進実績	健康経営の推進実績を明確に定めること	達成	◎
5. 健康経営の推進効果	健康経営の推進効果を明確に定めること	達成	◎
6. 健康経営の推進継続	健康経営の推進継続を明確に定めること	達成	◎
7. 健康経営の推進評価	健康経営の推進評価を明確に定めること	達成	◎
8. 健康経営の推進改善	健康経営の推進改善を明確に定めること	達成	◎
9. 健康経営の推進共有	健康経営の推進共有を明確に定めること	達成	◎
10. 健康経営の推進啓発	健康経営の推進啓発を明確に定めること	達成	◎
11. 健康経営の推進連携	健康経営の推進連携を明確に定めること	達成	◎
12. 健康経営の推進評価	健康経営の推進評価を明確に定めること	達成	◎
13. 健康経営の推進改善	健康経営の推進改善を明確に定めること	達成	◎
14. 健康経営の推進共有	健康経営の推進共有を明確に定めること	達成	◎
15. 健康経営の推進啓発	健康経営の推進啓発を明確に定めること	達成	◎
16. 健康経営の推進連携	健康経営の推進連携を明確に定めること	達成	◎
17. 健康経営の推進評価	健康経営の推進評価を明確に定めること	達成	◎
18. 健康経営の推進改善	健康経営の推進改善を明確に定めること	達成	◎
19. 健康経営の推進共有	健康経営の推進共有を明確に定めること	達成	◎
20. 健康経営の推進啓発	健康経営の推進啓発を明確に定めること	達成	◎
21. 健康経営の推進連携	健康経営の推進連携を明確に定めること	達成	◎
22. 健康経営の推進評価	健康経営の推進評価を明確に定めること	達成	◎
23. 健康経営の推進改善	健康経営の推進改善を明確に定めること	達成	◎
24. 健康経営の推進共有	健康経営の推進共有を明確に定めること	達成	◎
25. 健康経営の推進啓発	健康経営の推進啓発を明確に定めること	達成	◎
26. 健康経営の推進連携	健康経営の推進連携を明確に定めること	達成	◎
27. 健康経営の推進評価	健康経営の推進評価を明確に定めること	達成	◎
28. 健康経営の推進改善	健康経営の推進改善を明確に定めること	達成	◎
29. 健康経営の推進共有	健康経営の推進共有を明確に定めること	達成	◎
30. 健康経営の推進啓発	健康経営の推進啓発を明確に定めること	達成	◎

「見える化」シートの作成により、目標と実績が明確になることで、**PDCAサイクル**が回り、健康経営の取組が**ステップアップ**

■認定のメリット

- ① 認定企業名の公表
- ② 認定証・マークの交付
- ③ 「三重とこわか健康経営大賞」による表彰
- ④ 「三重とこわか健康経営促進補助金」の活用



※「健康経営®」は、特定非営利活動法人健康経営研究会の登録商標です。

<取組方向1>(2)-3 自然に健康になれる環境づくりの推進

第3次三重の健康づくり基本計画では、県民が無理なく自然に健康な行動を取ることができる環境を整備する取組等を推進することとしています。

令和6年度からは、その取組の一つとして、自然に健康になれる食環境づくりを推進しています。

食環境をよりよくするためには、個々の業種や企業、団体だけの取組では限界があります。そこで、以下の栄養・食生活等の課題を優先すべき課題と捉え、産学官等の連携・協働により、健康に関心の薄い人等を含め、誰もが無理なく自然に健康な行動をとることができるような食環境の実現を一緒にめざします。

課題

食塩摂取過剰

現状値 11g(R4)
目標値 7g

- すべての年代で食塩のとり過ぎ
- 目標より約4g/日多くとっている



野菜摂取不足

現状値 274g(R4)
目標値 350g

- ほぼすべての年代で野菜不足
- 目標の350g/日に達していない



肥満・やせ

- 6-11歳,12-14歳で肥満傾向増加
- 40-50歳代男性の約4割が肥満
- 20歳代女性の約3割がやせ



実施内容(R6)

1. 推進会議の開催(年3回)

- 三重県の栄養・食生活に関する課題分析
- 事業の目標や取組方針の策定
- 産学官等で連携・協働すべき効果的な取組・事業者の参画要件の検討
- 取組内容の効果検証

2. 県内事業者の実態把握

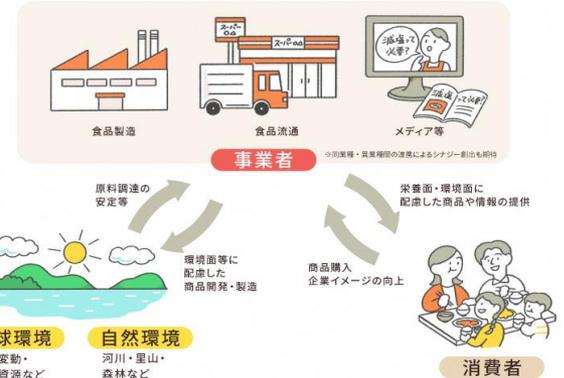
- 行動目標、実施期間、モニタリング手法等、食環境づくりへの参画要件の設定に向け、県内16事業者にヒアリング調査、健康づくり応援の店212店にアンケート調査を実施し、課題整理を行う。

3. 目標等の作成

- 事業の目標や取組方針、事業者に示す行動目標例の設定にあたって必要なガイドラインを作成



健康的で持続可能な食環境の実現に向けて
～事業者に期待される能動的アクション～



厚生労働省食環境戦略イニシアチブサイトより

<取組方向2> (1)糖尿病推進会議市町事業報告・検討会の開催

○糖尿病性腎症重症化予防プログラムに基づく、市町における取組実施状況の報告

・令和7年2月20日(木)開催予定

＊いなべ市、熊野市、木曾岬町、南伊勢町より事例報告予定

市町の好事例
を横展開

○事業実施にあたっての課題、問題点等に係る意見交換

・三重県糖尿病対策推進会議委員の先生方からの助言

取組の質の
向上

○三重県における糖尿病に関する状況について報告

・三重県市町国保医療費分析事業の結果について報告



<取組方向3> (1) 糖尿病重症化予防人材育成研修会

令和6年度

糖尿病重症化予防人材育成研修会 ～糖尿病性腎症重症化予防のために～

受講料
無料

糖尿病の発症予防や重症化予防のために、糖尿病性腎症重症化予防プログラム等による地域と医療が連携した取組や多職種連携による患者への療養支援が必要とされています。これらの取組が患者の身近な地域で効果的に行われるよう、当研修会は、糖尿病に対する専門的な支援ができる人材を広く育成することを目的とし、平成30年度より開催しています。

糖尿病性腎症重症化予防を中心に、基礎を学びたい方、知識を広げたい方はぜひご参加ください。

日程 令和6年11月16日(土) 9:15～15:00

会場 三重県勤労者福祉会館(三重県津市栄町1丁目891番地)

定員 先着70名(先着順となります)

対象 医師、歯科医師、薬剤師、保健師、助産師、看護師、准看護師、管理栄養士・栄養士、理学療法士、臨床検査技師、歯科衛生士、行政職員等

申込方法 裏面の申込み用URLまたは二次元コードからアクセスいただき、必要事項をご記入の上お申し込みください。

◆研修プログラム◆ 9:00～会場受付

内容	講師	所要時間
糖尿病重症化予防人材育成研修実施の趣旨	四日市羽津医療センター 名誉院長 住田安弘	約5分
糖尿病重症化予防の必要性について	三重県医療保健部国民健康保険課 課長 野間英生	約10分
糖尿病重症化予防について(医師の立場から①) 「糖尿病重症化予防プログラムの基礎知識」	三重中央医療センター 糖尿病内分泌内科医師 田中剛史	約30分
糖尿病重症化予防について(医師の立場から②) 「糖尿病性腎症の検査を中心に」	伊勢赤十字病院健診センター センター長 村田和也	約30分
糖尿病重症化予防の支援と留意点	四日市羽津医療センター看護師長 糖尿病看護認定看護師 平岡めぐみ	約30分
糖尿病重症化予防における食事療法	三重大学医学部附属病院栄養診療部副部長栄養士長 日本糖尿病療養指導士(管理栄養士) 小出知史	約30分
糖尿病重症化予防における運動療法	主体会病院総合リハビリテーションセンター 日本糖尿病療養指導士(理学療法士) 館友基	約30分
糖尿病重症化予防のための薬剤の基礎知識	三重病院薬剤科 日本糖尿病療養指導士(薬剤師) 山本高純	約30分
グループワーク(13:30～15:00)		
症例検討(糖尿病性腎症重症化予防対策の取組)	三重大学医学部附属病院糖尿病・内分泌内科長 病院教授 矢野裕 三重大学保健管理センター 講師 古田 純子	約90分

※所要時間についてはおおよその時間です。

※都合により講師が変更になる場合があります。

※裏面の研修会申込み方法についてをご確認ください。

裏面

研修会開催の概要等

5年ぶりに新型コロナウイルス感染症の感染拡大前と同様、集合のみでの開催

【成果】

参加者38名

所属：医療機関17名、行政19名、他2名

初めての参加者29名(76%)

療養指導の経験ない人21名(55%)

理解度 4.6点/5点

療養指導の経験のない人に絞っても4.4点

感想より

患者に寄り添いたい、再アセスメントをしたい、多職種での意見交換をしたいなど前向きな感想が多数あった。



<取組方向3> (2)特定健康診査・特定保健指導実施者研修会

1. 概要

開催日	令和6年7月25日（木）、26日（金）、29日（月）
研修形式	集合又はオンラインのハイブリッド形式
目的	特定健診・特定保健指導を効果的・効率的に実施する体制整備のための人材育成
対象者	<ul style="list-style-type: none"> 医療保険者に所属する医師・保健師・管理栄養士等 市町衛生部門等の保健師・管理栄養士等 民間事業所等において特定健診等の委託を受け、当該事業に従事する予定の医師・保健師・管理栄養士等
備考	研修内容を録画し、後日動画配信

2. 成果

参加者数 (全体)	102名 (保健師59名、管理栄養士33名、看護師4名、事務職5名、健康運動指導士1名)
アンケート結果	全講演において、研修を活かせる（概ね含む）と回答した率は100%であり、研修内容についても前向きなコメントが多かった。

研修プログラム

日時	内容	講師	修了証書発行要件	
			【初任者】 ◎必須	【3年以上】 ◎必須 ○1つ以上
7月25日 (木)	13:30～ 13:40	オリエンテーション		
	13:40～ 14:40	特定健診・特定保健指導の理念・制度・仕組み・流れ・メタボリックシンドロームの知識	◎	
	14:50～ 16:20	特定健診・特定保健指導、生活習慣病予防に関する最新情報		◎
7月26日 (金)	10:30～ 12:00	エネルギー収支を改善するための保健指導 食生活に関する保健指導の実際	◎	○
	13:00～ 14:30	エネルギー収支を改善するための保健指導 身体活動に関する保健指導の実際	◎	○
	14:40～ 16:10	喫煙・飲酒習慣者への保健指導 喫煙、アルコールに関する保健指導の実際	◎	○
7月29日 (月)	10:00～ 12:00	初回面接 ※グループワークのため集合のみ。	◎	
	13:00～ 16:00	行動変容に関する理論と実践 困難事例の検討 保健指導の効果分析、保健指導方法の見直しと改善 ※グループワークのため集合のみ。		◎

